

## Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması

Adaptation of the Brief Resilience Scale into Turkish: A validity and reliability study

Tayfun Doğan<sup>1</sup>

### Özet

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ), bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek üzere geliştirilmiştir. Bu çalışmanın amacı KPSÖ'nün Türkçe uyarlamasını yapmak ve psikometrik özelliklerini incelemektir. Araştırmaya 295 ( 186 kadın/109 erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Ölçeğin psikometrik özellikleri iç tutarlık, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağımlı geçerlik yöntemleri ile incelenmiştir. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonucu, ölçeğin tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. KPSÖ'ye ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağımlı geçerlik bağlamında ise, KPSÖ ile Oxford Mutluluk Ölçeği, Ego Sağlamlığı Ölçeği ve Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Sonuç olarak KPSÖ'nün üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik Sağlamlık, ölçek uyarlama, geçerlik, güvenilirlik

### Abstract

The Brief Resilience Scale (BRS), was developed to measure the level of individual resilience. The aim of this paper is to adapt a Turkish version of BRS and examine its psychometric properties. A total of 295 (186 women / 109 men) university students participated the research. The psychometric properties of the scale were examined by internal consistency, exploratory and confirmatory factor analysis methods and criterion-related validity. After the exploratory and confirmatory factor analysis, it come in view that the scale has a structure with only one factor. Related to the BRS, the internal consistency coefficient was found .83. In the context of the criterion-related validity, positive correlations were found between BRS and Oxford Happiness Questionnaire , Ego Strength Scale and Connor Davidson Resilience Scale. It is concluded that the BRS is a valid and reliable instrument to measure resilience level of university students.

**Keywords:** Resilience, scale adaptation, validity, reliability

### Giriş

Bireyler yaşam süresince pek çok olumsuz durumla, örseleyici, sarsıcı ve stresli yaşam olaylarıyla karşı karşıya kalabilmektedirler. Söz konusu olumsuz yaşantıları deneyimleyen kişilerin, bu durumlara tepkileri ya da bu durumlarla başa çıkma stratejileri farklı farklıdır. Kimi bireyler yaşanan stresli ve travmatik durumlar karşısında anksiyete ve depresyon gibi çeşitli sıkıntılar yaşayabilmekte ve olumsuz ruh hali çok uzun sürebilmektedir. Kimi bireyler ise, bu tür olumsuz yaşantıların ortaya çıkardığı ruh halinden kısa sürede çıkabilmekte ve normal yaşamlarına dönebilmektedirler. Bireylerin bu kendini toparlama ve hızlı bir şekilde normal yaşantılarına dönme güçleri, pozitif psikoloji yaklaşımında, psikolojik sağlamlık kavramıyla açıklanmıştır.

---

<sup>1</sup> Niğde Üniversitesi Eğitim Fakültesi. E-mail: tayfun@tayfundogan.net

Psikolojik sağamlık, latince “resiliens” kelimesinden türetilmiştir ve bir maddenin esnek olması, elastiki olması ve eski haline kolay bir şekilde yeniden dönebilmesi anlamlarına gelmektedir. Alanyazın incelendiğinde, psikolojik sağamlık kavramının farklı şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Bu tanımlar arasında, stresli durumlara uyum sağlama, olumsuzluklara rağmen hasta olmama, stres ve zorluklara rağmen işlevsel olma ve stresli yaşantılardan sonra kendini toparlama ve iyileşme gibi tanımlar bulunmaktadır (Carver, 1998; Tusaie ve Dyer, 2004; Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher ve Bernard, 2008). Tanımlar göz önüne alındığında, psikolojik sağamlık, hastalıklardan, psikolojik sorunlardan, olumsuz yaşantılarında ya da stresten çabuk bir şekilde kurtulabilme, iyileşme ve kendini toparlayabilme gücü olarak tanımlanabilir. Bir başka deyişle, psikolojik sağamlık, kişinin olumsuz koşulların üstesinden başarıyla gelebilme ve yeni duruma uyum sağlayabilme yeteneğidir. Türkçe alanyazın incelendiğinde ise, “resilience” kavramının, psikolojik sağamlık (Taşgın ve Çetin, 2006; Gizir,, 2007; Kararımak; 2007a; Oktan, 2008; Bulut, Doğan ve Altındağ, 2013), kendini toparlama gücü (Terzi, 2006) ve yılmazlık (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Gürđan, 2006) şeklinde çevrildiğı şeklinde kullanıldığı görülmektedir. Bu çalışmada, psikolojik sağamlık kelimesi tercih edilmiştir.

Psikolojik sağamlıkla ilgili bu tanımlarda farklılıklar, kavramın ölçülmesi ile ilgili farklılıkları da beraberinde getirmiştir. Kavramın ölçülmesine yönelik mevcut ölçekler daha çok, bireyin kendini toparlaması ve eski işlevsel durumuna tekrar dönebilmesinden çok, psikolojik sağamlığı sağlayan faktörler ve özellikler üzerine odaklanmışlardır (Smith ve diğ., 2008). Ahern, Kiehl, Sole ve Byers (2006), psikolojik sağamlıkla ilgili mevcut ölçekleri incelemişler ve bu ölçeklerin farklı yapıları ölçtüklerini belirtmişlerdir. Buna göre psikolojik sağamlıkla ilgili ölçekler, (i) psikolojik sağamlığı destekleyen koruyucu faktörleri, (ii) başarılı bir şekilde strese başa çıkabilmeyi, (iii) sağlıklı olma ile ilgili temel koruyucu etkenleri, (iv) kendini toparlama davranışlarını ve (v) bireysel uyumu artıran pozitif kişilik özellikleri olarak psikolojik sağamlığı ölçmektedirler. Örneğin, Wagnild ve Young, (1993), geliştirdikleri psikolojik sağamlık ölçeğı ile, ağırbaşlı ve sakin olma, azim-sebat gösterme, öz-güven, anlamlılık ve varoluşsal yalnızlık gibi yapıları ölçmüşlerdir. Benzer şekilde, Connor ve Davidson (2003), geliştirdikleri ölçek ile öz-yeterlik, mizah duygusu, sabır, iyimserlik ve inanç gibi özellikleri ölçmeyi amaçlamışlardır. Söz konusu ölçekler, psikolojik sağamlık kavramının asıl anlamı olan, kendini toparlama ve yeniden eski durumuna dönme anlamından uzaklaşmışlardır (Smith ve diğ., 2008; Smith, Tooley, Christopher ve Kay, 2010). Bu ölçekler daha çok psikolojik sağamlık düzeyi yüksek olan bireylerin özelliklerini ölçmeye çalışmışlardır. Bu çalışmanın konusu olan, Smith ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeğı ise, mevcut ölçeklerden farklı olarak, bireylerin kendini toparlama, yeniden iyileşme, eski işlevselliğine dönme ve yeniden uyum sağlama özelliklerini ölçmeye odaklanmıştır. Bu özelliğı itibariyle de mevcut psikolojik sağamlık ölçeklerinden farklılaşmaktadır.

Bu çalışmanın temel amacı; Smith ve diğ. (2008) tarafından bireylerin psikolojik sağamlık düzeylerini ölçmek üzere geliştirilen Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeğı (KPSÖ)’nün Türkiye’deki üniversite öğrencilerinden oluşan bir örnekleme geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. Ölçeğin, özellikleri itibariyle pozitif psikoloji araştırmalarında önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

## **Yöntem**

### **Çalışma Grubu**

Çalışma grubunu, 2012-2013 eğitim-öğretim yılında, Niğe Üniversitesi Eğitim Fakültesine devam eden 295 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların 186’sı kadın, 109’u erkektir. Katılımcıların yaş aralığı 17-32 arasında değişmektedir ve yaş ortalaması 20.87’dir.

## Veri Toplama Araçları

*Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ):* Ölçek, bireylerin psikolojik sağlamlığını ölçebilmek amacıyla Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilmiştir. KPSÖ, 5'li likert tipinde, 6 maddelik, öz-bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. Ölçekte bulunan ve tersten kodlanan maddeler çevrildikten sonra, alınan yüksek puanlar, yüksek psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Ölçeğin geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlilik çalışmaları dört farklı çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Buna göre ilk iki grubu üniversite öğrencileri, sonraki iki grubu ise kalp ve fibromiyalji hastaları oluşturmuştur. Ölçeğin, yapı geçerliğini belirlemek üzere açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucu, 4 farklı örneklem grubu için sırasıyla, toplam varyansın % 61, % 61, % 57 ve % 67'sini açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçek maddelerine ilişkin faktör yükleri ise, .68 ile .91 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Ölçeğin güvenirliliği iç tutarlık ve test tekrar test yöntemleriyle hesaplanmıştır. Buna göre, iç tutarlık güvenirlilik katsayısı .80 ile .91 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Test tekrar test güvenirlilik katsayısı ise, .62 ile .69 arasında bulunmuştur. Ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında, KPSÖ ile diğer ölçekler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buna göre KPSÖ ile, ego sağlamlığı, iyimserlik, yaşam amaçları, sosyal destek, olumlu başa çıkma stratejileri ve olumlu duygular arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. KPSÖ ile, kötümserlik, depresyon, anksiyete, olumsuz duygular, algılanan stres ve olumsuz başa çıkma stratejileri arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

*Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (OMÖ-K):* Ölçek, Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilmiştir. OMÖ-K, 8 maddeden oluşmaktadır ve 29 maddelik orijinal formuyla arasında .93 ( $p < .001$ ) korelasyon bulunmuştur. OMÖ-K'nin Türkçe uyarlaması Doğan ve Çötök (2011) tarafından yapılmıştır. Buna göre açımlayıcı faktör analizi sonucu, 7 maddelik, öz-değeri 2.782 olan ve toplam varyansın % 39.74'ünü açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. OMÖ-K'nin tek faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiş ve uyum iyiliği indeksleri ( $\chi^2/df = 2.77$ , AGFI = 0.93, GFI = 0.97, CFI = 0.95, NFI = 0.92, IFI = 0.95, RMSEA = 0.074) olarak bulunmuştur. OMÖ-K'nin güvenirliliğine yönelik olarak iç tutarlık katsayısı .74, test tekrar test güvenirlilik katsayısı ise .85 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise, ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .76 olarak bulunmuştur.

*Ego Sağlamlığı Ölçeği (ESÖ):* ESÖ, psikolojik sağlamlığı değerlendirmek amacıyla Block ve Kremen (1996) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Kararımk (2007a) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, 4'lü Likert tipinde (1-Hiç uygun değil, 4-Tamamen uygun), öz-bildirim tarzı ve 14 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Kararımk (2007a), ölçeğin iç tutarlığını .80, test tekrar test güvenirlilik katsayısını ise .76 olarak rapor etmiştir. ESÖ'nün Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği ile arasında ise .68 korelasyon bulunduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada ise, ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .77 olarak bulunmuştur.

*Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (CDPSÖ):* Ölçek, psikolojik sağlamlığı ölçmek üzere Connor ve Davidson (2003) tarafından geliştirilmiştir. CDPSÖ, 25 maddeden oluşmaktadır ve 5'li Likert tipi bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik sağlamlığın yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Kararımk (2007b) tarafından gerçekleştirilmiştir ve ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .92 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada ise, ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

## İşlemler ve Veri Analizi

KPSÖ'nün Türkçe uyarlaması için ilk olarak Bruce W. Smith ile iletişime geçilmiş ve gerekli izinler alınmıştır. Ardından ölçeğin Türkçe'ye çeviri işlemlerine geçilmiştir. Buna göre, ölçeğin

orijinal İngilizce formu psikolojik danışma alanından dört akademisyen tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Elde edilen çeviriler gözden geçirilmiş ve araştırmacılar tarafından, her bir maddeyi en iyi temsil ettiği düşünülen ifadeler benimsenmiştir. Elde edilen Türkçe form, daha önce ölçeği görmemiş olan iki çeviri uzmanı tarafından tekrar orijinal dili olan İngilizce'ye çevrilmiştir. Sonuç olarak, orijinal formun, Türkçe forma eşdeğer olduğu kabul edilerek uygulamalara geçilmiştir. Katılımcılara araştırma ile ilgili gerekli bilgiler verildikten sonra, ölçme araçları yüz yüze uygulanmıştır. Verilerin analizinde, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi, iç tutarlık, test tekrar test güvenilirliği ve ölçüt bağıntılı geçerlik yöntemleri kullanılmıştır. Analizler, SPSS 15 ve Lisrel 8.7 programları aracılığı ile gerçekleştirilmiştir.

## Bulgular

### Yapı Geçerliği

#### Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

Ölçeğin, Türk üniversite öğrencilerinde nasıl bir faktör yapısı göstereceğini belirlemek üzere AFA yapılmıştır. Bunun için öncelikli olarak, verilerin faktör analizi için uygunluğunu belirlemek üzere Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Küresellik Testi yapılmıştır. Verilerin faktör analizine uygunluğu için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) .60'dan yüksek ve Barlett Testi'nin hesaplanan ki-kare değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2004). Bu çalışmada, (KMO) .85 ve Barlett Küresellik Testi  $\chi^2$  değeri ise 594,955 ( $p < .000$ ) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar verilerin faktör analizi için uygun olduğunu ve puanların normalliğini göstermektedir. Herhangi bir döndürme işlemi yapılmaksızın gerçekleştirilen analiz sonucu, toplam varyansın % 54'ünü açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçek maddelerine ilişkin faktör yükleri ise, .63 ile .79 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Ayrıntılı faktör yükleri Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.** Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin faktör yükleri ve madde toplam korelasyonu

Maddeler	Faktör Yükleri	Madde Toplam Korelasyonu
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	.78	.65
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.*	.79	.66
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	.70	.56
4. Kötü birşeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.*	.74	.60
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	.63	.49
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.*	.79	.66
Açıklanan Varyans		% 54.661
Özdeğer		3.28

\*Bu maddeler tersten kodlanmaktadır.

## Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)

KPSÖ' nün tek faktörlü yapısının Türk üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme doğrulanıp doğrulanmayacağını belirlemek üzere DFA yapılmıştır. DFA'da modelin uyum gösterip göstermediğini belirlemek üzere birçok farklı uyum iyiliği indeksinden faydalanılmaktadır. Farklı uyum indekslerinin birbirlerine karşı zayıf ve güçlü yönlerinin olması nedeniyle, modelin uyumunun değerlendirilmesinde farklı uyum indekslerinin kullanılması önerilmektedir (Büyüköztürk, Akgün, Özkahveci ve Demirel, 2004). Bu çalışmada modelin uyumu ilk olarak, ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranıyla değerlendirilmiştir. Bu değer 3'ten küçük olmasının iyi uyuma işaret ettiği, 5'ten küçük olmasının ise, kabul edilebilir uyum değeri olduğu belirtilmektedir. Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Artan Uyum İndeksi (IFI), Görelî Uyum İndeksi (RFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (NNFI) için değerlerin 0.95'ten büyük olması iyi uyum, 0.90-0.94 arası değerler ise kabul edilebilir uyum düzeyi olarak belirtilmektedir. Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) ve Standart ortalama karekök hata sı (SRMR) değerlerinin 0.05'ten küçük olması iyi uyum, 0.06-0.08 arasında olması ise kabul edilebilir uyum olarak belirtilmektedir (Hair, Anderson, Tatham ve Black, 1998; Hoyle, 1995; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2005). KPSÖ'ye ilişkin yapılan DFA sonucu, uyum iyiliği indeksleri,  $\chi^2/sd$  ( $12.86/7$ ) = 1,83, NFI = 0.99, NNFI = 0.99, CFI = 0.99, IFI = 0.99, RFI = 0.97, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.03 olarak bulunmuştur. Bu ölçütler doğrultusunda, ölçeğin tek faktörlü yapısının Türk üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme korunduğu söylenebilir. Ölçek maddelerine ilişkin standartlaştırılmış yükler, t-değerleri ve R2 değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin faktör yükleri ve parametre tahminleri

Maddeler	Standartlaştırılmış Yükler	t değeri	R <sup>2</sup>
Madde 1	.70	12.28	.49
Madde 2	.76	14.17	.57
Madde 3	.56	9.41	.31
Madde 4	.73	13.10	.53
Madde 5	.52	8.82	.27
Madde 6	.76	14.21	.58

## Madde Analizi ve Güvenirlilik

Ölçek maddelerinin toplam puanı yordama gücünü, bir başka ifadeyle ölçeği temsil gücünü belirleyebilmek amacıyla madde analizi yapılmıştır. Madde analizi sonucu, düzeltilmiş madde toplam korelasyonu değerlerinin .49 ile .66 arasında değiştiği görülmüştür. Bu bulgu, ölçek maddelerinin ölçeği yeterli düzeyde temsil ettiğini göstermektedir. Madde toplam korelasyonuna ilişkin ayrıntılı sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir. KPSÖ'nün güvenirliliği, iç tutarlık yöntemiyle incelenmiştir. Buna göre iç tutarlık katsayısı, .83 olarak bulunmuştur.

## Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında KPSÖ ile birlikte Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K) ve Ego Sağlamlığı Ölçeği (ESÖ) ve Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (CDPSÖ) kullanılmıştır. Buna göre KPSÖ ile OMÖ-K arasında ( $r = .40$ ,  $p < .001$ ), ESÖ arasında

( $r = .61$ ,  $p < .001$ ) ve CDPSÖ arasında ( $r = .66$ ,  $p < .001$ ) ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar KPSÖ'nün geçerliğine kanıt olarak değerlendirilebilir.

**Tablo 3.** Ölçüt bağımlı geçerliğe ilişkin sonuçlar

	OMÖ-K	CDPSÖ	ESÖ
KPSÖ	.40*	.66*	.61*

\*  $p < .001$ , KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği, OMÖ-K: Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu, CDPSÖ: Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği, ESÖ: Ego Sağlığı Ölçeği

### Ölçeğin Puanlanması

KPSÖ, 5'li Likert tarzında bir ölçektir. "Hiç uygun değil" (1), "Uygun Değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekte 2, 4, ve 6. maddeler tersten kodlanmaktadır. Tersten kodlanan maddeler çevrildikten sonra alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde psikolojik sağlığa işaret etmektedir.

### Tartışma

Bu çalışmada, Smith ve arkadaşları (2008) tarafından psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek üzere geliştirilen Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (KPSÖ), psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır. Üniversite öğrencilerinden oluşan bir örnekleme gerçekleştirilen bu uyarlama çalışması sonucu elde edilen bulgular ölçeğin psikolojik sağlık düzeyini ölçebilecek düzeyde geçerlik ve güvenilirliğe sahip olduğunu göstermiştir.

Çalışmada ilk olarak, geri çeviri yöntemi kullanılarak KPSÖ'nün orijinal formuyla dilsel eşdeğerliği sağlanmıştır. Dilsel eşdeğerlik çalışmasından sonra ise ölçeğin psikometrik özellikleri, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi, test tekrar test ve iç tutarlık katsayısının hesaplanması ve ölçüt bağımlı geçerlik yöntemleriyle incelenmiştir.

KPSÖ'nün faktör yapısını belirleyebilmek amacıyla açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizine göre, toplam varyansın % 54.66'sını açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Özgün formundaki tek faktörlü yapının Türk üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme korunup korunmayacağını belirlemek üzere ise doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Buna göre elde edilen uyum iyiliği indeksleri, ölçeğin tek faktörlü yapısının Türk üniversitesi öğrencilerinden oluşan örnekleme de korunduğunu ortaya koymuştur. Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlık katsayısının hesaplanması yoluyla incelenmiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliliğinin araştırılmasında Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K), Ego Sağlığı Ölçeği (ESÖ) ve Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (CDPSÖ) kullanılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucunda KPSÖ ile Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K), puanlarıyla anlamlı ve pozitif yönlü ilişkisi olduğu görülmektedir. Bu bulgular beklenen bir ilişkiyi göstermektedir. Kullanılan diğer ölçme araçları ise Ego Sağlığı Ölçeği (ESÖ) ve Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği (CDPSÖ) psikolojik sağlıkla ilgili olumlu kişilik özelliklerini ölçen bir ölçme araçlarıdır. Bu iki ölçme aracıyla da Kısa psikolojik sağlık ölçeği'nin (KPSÖ) puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur.

Bu çalışma yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşan bir örnekleme gerçekleştirilmiştir. Ayrıca sağlıklı bireyler üzerinde yürütülmüştür. Bu durum çalışmanın sınırlılıkları arasında gösterilebilir. Ölçeğin bundan sonra yapılacak çalışmalarda, herhangi bir travma, hastalık ya da

stresli olay yaşayan bireylerden oluşan bir örneklem üzerinde de psikometrik özelliklerinin incelenmesi yerinde olacaktır. Bunun dışında, ölçeğin farklı yaş gruplarında da geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi önerilebilir.

Sonuç olarak KPSÖ'nün Türkçe formunun üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir. Kullanımı ve puanlaması kolay, pratik ve kısa zamanda uygulanabilen bir ölçek olması avantaj olarak değerlendirilebilir.

## Kaynakça

- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A review of instruments measuring resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 29, 103–125.
- Block, J., & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Bulut, S., Doğan, U., & Altundağ Y.(2013) Adolescent Psychological Resilience Scale: Validity and reliability study, *Portal of Scientific Journals of Croatia*, 16 (1), July 2013.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Geliştirilmiş 7.Baskı, Pegem A Yayıncılık, Ankara. 171.
- Büyüköztürk, Ş, Akgün, E.Ö., Özkahveci, Ö. ve Demirel, F. (2004). Güdülenme ve Öğrenme stratejileri Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4, 207-239.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54, 245-266.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82
- Çakar, F. S., Karataş, Z., ve Çakır, M. A. (2014). Yetişkin Yılmazlık Ölçeği: Türk kültürüne uyarlanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 22 – 39.
- Doğan, T. ve Çötök, A. N. (2011). Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4, 165-172.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 28, 113-128
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39 (2) ,45-74
- Hair, F. J., Anderson, E. R., Tatham, L. R., & Black, C. W. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice Hall,
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Hoyle, R. H. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications*. Sage Publications, Thousands Oaks, CA.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cut-of criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structer Equation Modeling*; 6, 1-55.
- Kararımak, Ö. (2007a). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. (Unpublished Doctorate Dissertation). Middle East Technical University, Ankara.

- Kararırmak, Ö. (2007b). Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği: Travma örnekleminde doğrulayıcı faktör analizi. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Kitapçığı.
- Kline, B. R. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press,
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Oshio, A., Kaneko, H., & Nagamine, S. (2003). Construct validity of the Adolescent Resilience Scale. *Psychology Reports, 93*, 1217-1222.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15*, 194-200.
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Christopher, P., & Kay, V. S. (2010). Resilience as the ability to bounce back: A neglected personal resource?. *Journal of Positive Psychology, 5*, 166-176.
- Tusaie, K., & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice, 18*, 3-8.
- Taşğın, E. ve Çetin, F. Ç. (2006). Ergenlerde major depresyon: Risk etkenleri, koruyucu etkenler ve dayanıklılık. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi, 13(2)*, 87-94.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi, 26*, 77-86.
- Terzi, Ş. (2013). Secure attachment style, coping with stress and resilience among university students. *The Journal of Happiness & Well-Being, 1(2)*, 101-114.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*, 165-178.

## Extended Summary

### Adaptation of the Brief Resilience Scale into Turkish: A validity and reliability study

Tayfun Doğan

#### Introduction

Individuals may experience a great deal of negativity, trauma and stress in association with certain events during their lives. Each individual who experiences such negativities will respond to these events differently, or will deal with these events using different strategies. Some of these individuals may suffer from various troubles such as anxiety and depression as a result of stressful and traumatic situations, and their negative mood may last for longer than is healthy. Others may get out of the mood created by this kind of experience quickly and revert to their normal lives. The individual's power to bounce back and go back to their normal lives quickly has been explained in the positive psychology approach by the concept of resilience.

The term resilience is derived from the Latin word "resiliens" and means that a matter is flexible and elastic, and can revert to its past form easily. When the literature is reviewed, it can be seen that the concept of resilience has been defined in a number of different ways. These definitions include adapting to stressful situations, not getting sick in spite of negativities, being functional despite stress and difficulties, and bouncing back and recovering from a stressful event



(Carver, 1998; Tusaie and Dyer, 2004; Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher and Bernard, 2008). When the abovementioned definitions are considered, resilience can be defined as getting rid of diseases, psychological problems, and negative experiences and stress quickly, recovering and bouncing back. In other words, resilience is the capability of the individual to cope with negative conditions successfully, and to adapt to new situations.

The differences between the various definitions of resilience have also brought about differences in terms of the measurement of the concept. The available scales created to measure the concept have focused on the factors and properties that lead to resilience, rather than individuals bouncing back and going back to their old functional condition (Smith et al., 2008). These scales have also tried to measure the characteristics of individuals with a high level of resilience. For example, Wagnild and Young (1993) measured factors such as dignity, perseverance, self-reliance, equanimity and existential aloneness using a resilience scale developed by them. Similarly, Connor and Davidson (2003) aimed to measure factors such as self-efficacy, the ability to use humor, persistence/tenacity, optimism, and faith. The abovementioned scales moved away from the actual meaning of the concept of resilience which is bouncing back and going back to one's old condition (Smith et al., 2008; Smith, Tooley, Christopher and Kay, 2010). The resilience scale developed by Smith et al. (2008) which is the subject of this study, focuses on individuals' characteristics of bouncing back, recovering, functioning again and readapting, which is different from the scales described.

This study mainly aims to examine the validity and reliability of the Brief Resilience Scale (BRS) developed by Smith et al. (2008) by means of measuring. Individuals' resilience levels in a sample of university students in Turkey.

## **Method**

### **Participants**

The study group is composed of a total of 295 university students from Niğde University Faculty of Education, during the 2012-2013 academic year. 186 of the participants were female and 109 were male. The age of the participants varied between 17 and 32, with an average age of 20.87 years.

### **Findings**

As a result of the analysis, a one-factor structure that explains 54% of total variance was obtained. The factor loads for the scale items were found to vary between .63 and .79. As a result of the confirmatory factor analysis for the BRS, goodness of fit indexes were found to be  $\chi^2/sd$  (12.86/7) = 1.83, NFI = 0.99, NNFI = 0.99, CFI = 0.99, IFI = 0.99, RFI = 0.97, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.05 and SRMR = 0.03. An item analysis was performed to determine the strength of the scale items in order to predict the total score, in other words, their represents the validity of the scale. It can be seen as a result of the item analysis, that the adjusted item-total correlation values varied between .49 and .66. The reliability of the BRS was investigated using internal consistency. The internal consistency coefficient was found to be .83.

The Oxford Happiness Scale-Short Form (OHS-S), the Ego Resiliency Scale (ERS), and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), along with the BRS were used in terms of the criterion related validity. As a result, relationships were found between BRS and OHS-S ( $r = .40, p < .001$ ), BRS and ERS ( $r = .61, p < .001$ ) and BRS and CD-RISC ( $r = .66, p < .001$ ).

## Conclusion

In this study, the aim was to examine the psychometric features of the Brief Resilience Scale (BRS) as developed by Smith et al. (2008) to measure resilience levels, and to adapt the scale for the Turkish setting.. The findings obtained from this adaptation study resulted from a sample composed of university students. They showed that the scale has validity and reliability in terms of measuring the resilience level. It can be considered an advantage that the scale is easy and quick to use, and to grade.

## Ek 1

### Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

	Hiç uygun değil	Uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamen uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.*	1	2	3	4	5
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.*	1	2	3	4	5
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlattırım.	1	2	3	4	5
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.*	1	2	3	4	5

\* Bu maddeler tersten kodlanmaktadır.